

# ゆうえい館教室予定表

TEL 0172-49-5181

| 日曜日 (SUN)                                                                                                          | 月曜日 (MON)  | 火曜日 (TUE)                                                                                                                                                            | 水曜日 (WED)                                                                                                                                                          | 木曜日 (THU)                                                                                              | 金曜日 (FRI)                                                                                                     | 土曜日 (SAT)                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>2017</b><br><b>平成29年</b>                                                                                        |            | <b>★お知らせ</b><br>・子供水泳教室の進級テストは19(日)～28(火)で開催いたします。<br>・11(土)は一般開放のみとなります。<br>・4(土)～5(日)及び29(日)は大会のため終日全面貸切となります。予めご了承ください。<br>・19(日)はイベント開催のため15:15～17:15で全面貸切となります。 |                                                                                                                                                                    |                                                                                                        |                                                                                                               |                                                                                               |
|                                                                                                                    |            |                                                                                                                                                                      | 1                                                                                                                                                                  | 2                                                                                                      | 3                                                                                                             | 4                                                                                             |
|                                                                                                                    |            |                                                                                                                                                                      | 成人水泳 13:30～14:30<br><b>ヨガ</b> 14:45～15:45<br>アqua イット 14:45～15:30<br>子供水泳 16:30～17:30<br><b>リズム体操</b> 18:00～19:00<br><b>ヨガ</b> 19:45～20:45<br>アqua イット 19:45～20:30 | 成人水泳 13:30～14:30<br>アqua イット 14:45～15:30<br>子供水泳① 16:30～17:30<br>子供水泳② 17:45～18:45<br>成人水泳 19:45～20:45 | 成人水泳 13:30～14:30<br><b>ヨガ</b> 14:45～15:45<br>アqua イット 14:45～15:30<br>子供水泳 16:30～17:30<br>アqua イット 19:45～20:30 | <b>青森県室内選手権大会開催のため貸切となります</b>                                                                 |
| 5                                                                                                                  | 6          | 7                                                                                                                                                                    | 8                                                                                                                                                                  | 9                                                                                                      | 10                                                                                                            | 11                                                                                            |
| <b>青森県室内選手権大会開催のため貸切となります</b>                                                                                      | <b>休館日</b> | 成人水泳 13:30～14:30<br><b>ヨガ</b> 14:45～15:45<br>アqua イット 14:45～15:30<br>子供水泳 16:30～17:30<br>成人水泳 19:45～20:45                                                            | 成人水泳 13:30～14:30<br><b>ヨガ</b> 14:45～15:45<br>アqua イット 14:45～15:30<br>子供水泳 16:30～17:30<br><b>リズム体操</b> 18:00～19:00<br><b>ヨガ</b> 19:45～20:45<br>アqua イット 19:45～20:30 | 成人水泳 13:30～14:30<br>アqua イット 14:45～15:30<br>子供水泳① 16:30～17:30<br>子供水泳② 17:45～18:45<br>成人水泳 19:45～20:45 | 成人水泳 13:30～14:30<br><b>ヨガ</b> 14:45～15:45<br>アqua イット 14:45～15:30<br>子供水泳 16:30～17:30<br>アqua イット 19:45～20:30 | <b>教室なし<br/>一般開放のみ</b>                                                                        |
| 12                                                                                                                 | 13         | 14                                                                                                                                                                   | 15                                                                                                                                                                 | 16                                                                                                     | 17                                                                                                            | 18                                                                                            |
| <b>ヨガ</b> 10:45～11:45<br>子供水泳① 10:45～11:45<br>子供水泳② 13:45～14:45                                                    | <b>休館日</b> | 成人水泳 13:30～14:30<br><b>ヨガ</b> 14:45～15:45<br>アqua イット 14:45～15:30<br>子供水泳 16:30～17:30<br>成人水泳 19:45～20:45                                                            | 成人水泳 13:30～14:30<br><b>ヨガ</b> 14:45～15:45<br>アqua イット 14:45～15:30<br>子供水泳 16:30～17:30<br><b>リズム体操</b> 18:00～19:00<br><b>ヨガ</b> 19:45～20:45<br>アqua イット 19:45～20:30 | 成人水泳 13:30～14:30<br>アqua イット 14:45～15:30<br>子供水泳① 16:30～17:30<br>子供水泳② 17:45～18:45<br>成人水泳 19:45～20:45 | 成人水泳 13:30～14:30<br><b>ヨガ</b> 14:45～15:45<br>アqua イット 14:45～15:30<br>子供水泳 16:30～17:30<br>アqua イット 19:45～20:30 | 子供水泳① 10:45～11:45<br>子供水泳② 13:45～14:45<br><b>カヤック専用コース</b><br>15:00～16:00<br>成人水泳 19:15～20:45 |
| 19                                                                                                                 | 20         | 21                                                                                                                                                                   | 22                                                                                                                                                                 | 23                                                                                                     | 24                                                                                                            | 25                                                                                            |
| <b>ヨガ</b> 10:45～11:45<br>子供水泳① 10:45～11:45<br>子供水泳② 13:45～14:45<br><b>全面貸切</b><br>15:15～17:15<br><b>プール利用できません</b> | <b>休館日</b> | 成人水泳 13:30～14:30<br><b>ヨガ</b> 14:45～15:45<br>アqua イット 14:45～15:30<br>子供水泳 16:30～17:30<br>成人水泳 19:45～20:45                                                            | 成人水泳 13:30～14:30<br><b>ヨガ</b> 14:45～15:45<br>アqua イット 14:45～15:30<br>子供水泳 16:30～17:30<br><b>リズム体操</b> 18:00～19:00<br><b>ヨガ</b> 19:45～20:45<br>アqua イット 19:45～20:30 | 成人水泳 13:30～14:30<br>アqua イット 14:45～15:30<br>子供水泳① 16:30～17:30<br>子供水泳② 17:45～18:45<br>成人水泳 19:45～20:45 | 成人水泳 13:30～14:30<br><b>ヨガ</b> 14:45～15:45<br>アqua イット 14:45～15:30<br>子供水泳 16:30～17:30<br>アqua イット 19:45～20:30 | 子供水泳① 10:45～11:45<br>子供水泳② 13:45～14:45<br>成人水泳 19:15～20:45                                    |
| 26                                                                                                                 | 27         | 28                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                    |                                                                                                        |                                                                                                               |                                                                                               |
| <b>青森県ジュニア記録会開催のため貸切となります</b>                                                                                      | <b>休館日</b> | 成人水泳 13:30～14:30<br><b>ヨガ</b> 14:45～15:45<br>アqua イット 14:45～15:30<br>子供水泳 16:30～17:30<br>成人水泳 19:45～20:45                                                            |                                                                                                                                                                    |                                                                                                        |                                                                                                               |                                                                                               |

※一般開放時間は平日は13:00～14:45、16:00～17:45、19:00～20:45で開放しております。また土日祝日は10:00～11:45も開放いたします。

※ヨガ、子供リズム体操はトレーニングルームにて行います。

※グループレッスン・プライベートレッスンは空き時間に実施しております。開催日時は受付でご確認ください。